№. 43. Warszawa 26 Października 1907 r. Rok 2.

Warunki prenumeraty:
w Warszawie: rocznie Rb. 4, półrocznie Rb. 2, kwartalnie Rb. 1. W Królestwie i Cesarstwie: rocznie Rb. 5, półrocznie Rb. 2.50, kwartalnie Rb. 1.25. Zagranicą rocznie Rb. 6. Za odnoszenie do domu dopł. się miesięcznie k. 5
Zmiana adresu 20 kop.

KOSMETYKA

Cena ogłoszeń:
Za wiersz petitowy jednoszpaltowy lub jego miejsce:
Na 1 stronicy okładki 30 kop.
Na innych stronicach 20 kop.
Nadesłane (w tekście) 75 kop.

Numer pojedyńczy kosztuje 10 kop.

Tygodnik poświęcony racjonalnej kosmetyce, estetyce ciała i perfumerji.
Wychodzi w każdą Sobotę.

Adres Redakcji i Administracji **Senatorska 36. Telefon 40.29.**
Administracja otwarta codziennie od 11—3 prócz niedziel i świąt.

Redaktor przyjmuje tylko w Niedziele od 12—2.
Rękopisów i listów nadsyłanych do Redakcji nie zwraca się.

Dr. Wacł. Sterling.

Anatomja, histologja i fizjologja skóry ludzkiej.

Na łamach „Kosmetyki" czytelnicy częstokroć spotykają się z nazwami rozmaitych stanów i objawów chorobowych — jak naprz. z łojotokiem, trądzikiem i t. p. Przeważnie jednak te terminy dla większości czytelników przedstawiają coś niezbyt konkretnego, pusty dźwięk, pojęcie, nie związane organicznie z jakimś znanym całokształtem, któryby je w sobie zawierał. A jednak czytelnik musi poznać podłoże, na którem rozwijają się najrozmaitsze cierpienia skóry, w zakres kosmetyki wchodzące, gdyż jedynie wtedy będzie on w stanie pojąć nie tylko, *jak* się leczy dane cierpienia, lecz i *dlaczego* leczy się ono w ten lub inny sposób.

Sądzę, że w dostatecznej mierze zdołałem usprawiedliwić się w oczach czytelników z tego, że pośród barwnych prac kolegów umieszczam mój suchy, pedantyczny i może nie dla każdego ciekawy artykuł.

Skóra ma wielorakie zadania, o czem pomówimy później—przedewszystkiem jednak pokrywa ona i ochrania powierzchnię ciała ludzkiego. Przeciętnie *powierzchnia* skóry zajmuje około $1^1/_2$ metra kwadratowego. *Grubość* skóry różną jest w różnych miejscach. Najgrubszą skórę spotykamy na pięcie i na dłoni, mniej grubą jest na powierzchniach wyprostnych kończyn i członków, najcieńszą—na powiekach, i w głębi ucha zewnętrznego. Kobiety, dzieci i starcy mają na ogół skórę cieńszą.

Grubość skóry nie jest czynnikiem obojętnym w razie zabiegów kosmetycznych. Tak naprz., przy zabiegach, niszczących tkankę, tem śmielej możemy poczynać sobie, im grubszą jest skóra — i naodwrót. Podobnie mięsienie (massaż) naprz. górnej powieki, pokrytej cienką skórą, musi się odbywać delikatniej, niż naprz. mięsienie czoła.

Przyleganie skóry do tkanek, pod nią leżących, jest wszędzie dość ścisłe, lecz niezupełne, dzięki czemu skóra zachowuje pewną przesuwalność. Przyleganie gra ważną rolę przy zniekształceniach, powodowanych przez blizny.

Barwa skóry u rasy białej posiada rozmaite odcienie, zależne od płci, wieku, zajęcia, okoliczności zewnętrznych i wewnętrznych, indywidualności, wreszcie od danej okolicy ciała. Kobiety i dzieci mają zwykle barwę skóry jaśniejszą, blondynki — jaśniejszą, niż brunetki; zajęcia, wymagające pobytu na powietrzu, narażające na deszcze i wiatry, powodują barwę skóry ciemniejszą — jak to ma miejsce u rolników i marynarzy; dalej, znany jest wpływ promieni słonecznych na zabarwienie skóry. Niektóre cierpienia wewnętrzne, jak naprz. cierpienie wątroby (żółtaczka), albo cierpienie gruczołów nadnerkowych (t. zw. choroba bronzowa) znacznie barwę skóry zmieniają. W ten sam sposób działają niektóre środki lekarskie, przez chorych przyjmowane, jak naprz. azotan srebra. Pod wpływem niektórych drażniących środków lekarskich zewnętrznych skóra ciemnieje na miejscu ich stosowania — naprz. pod wpływem muszek hiszpańskich lub olejku krotonowego. Wreszcie niektóre cierpienia czysto skórne polegają na powstawaniu ciemniejszych i jaśniejszych uczątków.

Powierzchnia skóry nie jest całkowicie gładką, jednolitą, gdyż pokrywa ją całe mnóstwo fałd, zmarszczek, brózd i t. p. Przedewszystkiem należy tu uwzględnić fałdy, jakie skóra tworzy na wyprostnej stronie okolic stawów. Jako przykład mogą służyć fałdy, powstające na grzbiecie wyprostowanego palca w okolicach stawów. Dalej podobne zjawisko na przeciwnej stronie palca powstaje w okolicach stawów przy zginaniu palców. Wreszcie, skóra fałduje się wskutek skurczów mięśni — jak to widzimy na twarzy, co powoduje fałdy, znane w życiu codziennem pod mianem zmarszczek.

Prócz tych nierówności skóry, dość znacznych, lecz względnie nielicznych, istnieją jeszcze nierówności drobne, ale bardzo liczne, zależne od budowy samej skóry, a przedstawiające się pod postacią delikatnych brózdek. Wreszcie do nierówności skóry zaliczyć należy drobniutkie wgłębienia, zależne od umiejscowienia włosów.

Nie wszystkie te właściwości powierzchni skóry mają wagę dla nas z punktu widzenia kosmetyki. Tak naprz. fałdy, powstające wskutek ruchów w stawach (zginania i rozginania) są dla nas zupełnie obojętne.

Natomiast bardzo ważną rolę grają w kosmetyce zmarszczki, powodowane przez skurce mięśni twarzy mimicznych, nadających twarzy wyraz. Również ważnemi są otwory, zależne od umiejscowienia włosów i ściśle z nimi związanych przewodów gruczołów łojo-

wych. Zwłaszcza cierpienia gruczołów łojowych, najczęściej występujące pod postacią wągrów i trądzika, przysparzają dużo przykrości dotkniętej niemi osobie i kłopotów lekarzowi.

Uwłosienie spotykamy prawie na całej powierzchni skóry, za wyjątkiem wyprostnej powierzchni dłoni i stopy, powierzchni wyprostnej palców, warg i t. d.

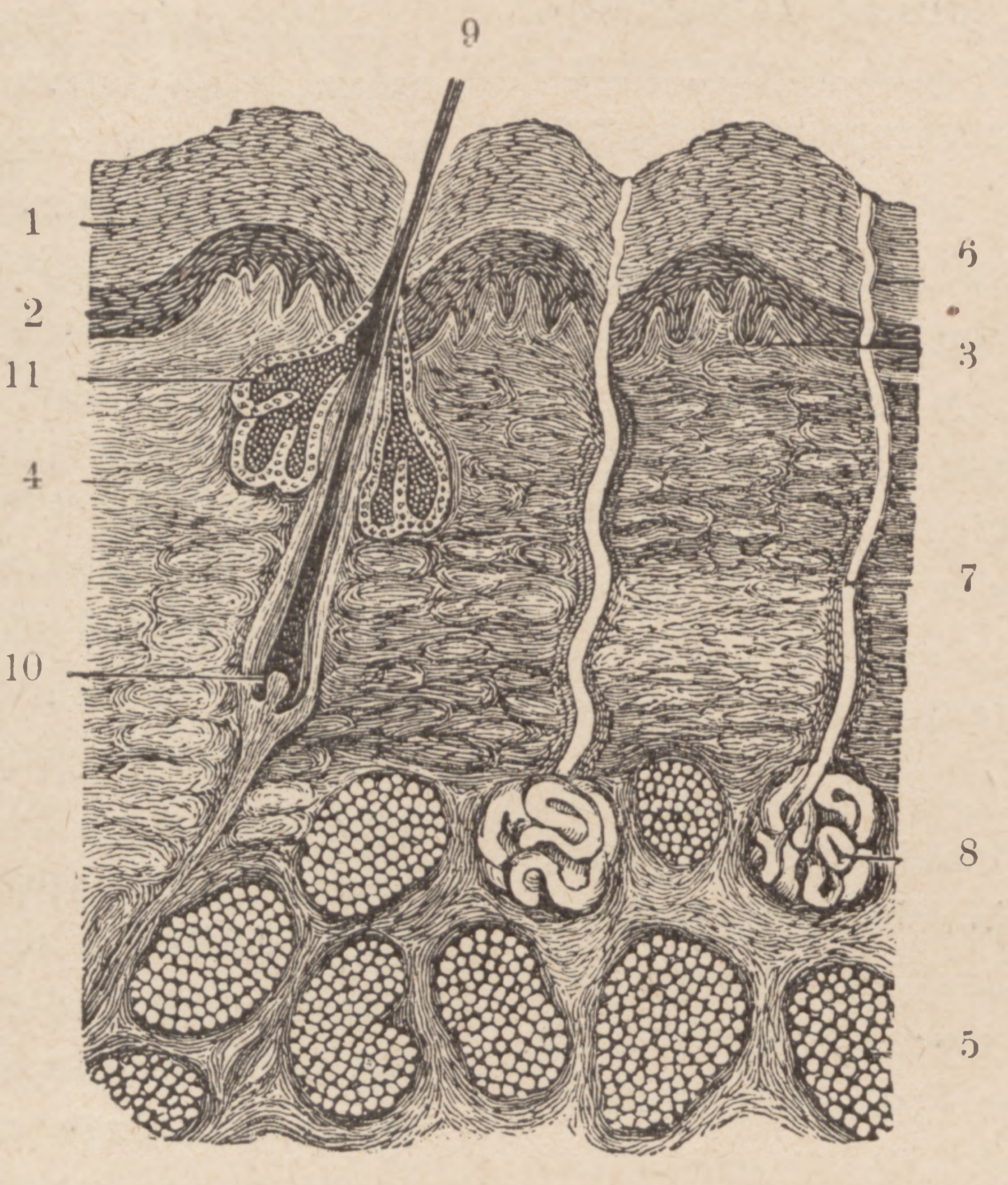
Wypadanie włosów nadmierne, nadmierna ich grubość lub cierpienia pasożytnicze, zapalne i t. p., wszystko to wchodzi w zakres kosmetyki.

Wreszcie wspomnieć należy o paznogciach, których cierpienia albo są w związku z cierpieniem innych okolic skóry, albo też samoistne.

* * *

Teraz z kolei musimy przejść do delikatniejszej budowy skóry, widzialnej dzięki stosowaniu mikroskopu. Ale już okiem, nieuzbrojonem w szkło powiększające, łatwo możemy spostrzedz, że to, co w życiu potocznem nazywamy skórą, składa się właściwie z dwóch warstw, ściśle do siebie przylegających: z naskórka i ze skóry właściwej, do której zwykle dołączamy tkankę podskórną.

Jak wiemy, skórę na całej jej powierzchni pokrywa naskórek. Tkanka ta złożona jest z kilku warstw komórek; grubość jej w rozmaitych miejscach znacznym podlega wahaniom. Najgrubszy naskórek; spotykamy na podeszwie i na dłoni. Jak widzimy na rysunku, przedstawiającym kawałek skóry ludzkiej w pionowem przecięciu, dolna granica naskórka przedstawia się jako linja falująca. Wgłębienie w dolnych warstwach naskórka powodowane są przez wdrążanie się brodawek skóry (o czem niżej).



R. 1. Szematyczne przecięcie zdrowej skóry.

1. Warstwa rogowa (naskórek). *2. Warstwa śluzowa z błoną szklistą* (naskórek). *3. Brodawki. 4. Właściwa skóra. 5. Tkanka tłuszczowa. 6. Wężykowato zwinięty przewód gruczołu potnego. 7. Część prosta tegoż przewodu. 8. Kłębek gruczołu potnego. 9. Włos. 10. Cebulka włosowa. 11. Gruczoł łojowy.*

Naskórek oddzielony jest od skóry za pomocą t. zw. błony szklistej. Jeżeli zaczniemy przegląd kolejny warstw naskórka od tej błony, idąc w górę, a raczej ku powierzchni, znajdziemy niektóre szczegóły, mogące nas zainteresować.

Warstwa najniższa, bezpośrednio przylegająca do błony szklistej, zasługuje na naszą uwagę przedewszystkiem dlatego, że w tej warstwie odbywa się rozmnażanie się komórek. Otóż, o ile wskutek jakiejś tej czy innej przyczyny komórki tej warstwy ulegną zniszczeniu, skóra, a raczej naskórek nie może powrócić do normalnego wyglądu, i w tem miejscu powstaje blizna — zjawisko, w kosmetyce bardzo niepożądane.

Drugi wzgląd, mogący nas interesować, polega na tem, że w komórkach tej warstwy przeważnie znajduje się barwik. Aczkolwiek rasa biała posiada nierównie mniej barwika, aniżeli rasy ciemne, mimo to pod mikroskopem znajdujemy ziarnka barwika w dość znacznej ilości. Ilość barwika podlega znacznym wahaniom, zależnie od okolicy ciała. Jeżeli zabarwienie skóry w danej okolicy dochodzi do znaczniejszych natężeń, ziarnka barwika dają się wykryć i w wyżej leżących warstwach naskórka i w skórze, oddzielonej od opisywanej tu warstwy naskórka tylko przez błonę szklistą.

Otóż tak głębokie umiejscowienie barwika skóry, powodującego w pewnych warunkach ciemniejsze miejsca na skórze— pod postacią piegów i t. p., łatwo pozwala nam pojąć, dlaczego usunięcie tych miejsc nienormalnie zabarwionych, przedstawia względnie trudne zadanie. Musimy bowiem w danem miejscu zniszczyć w ten lub inny sposób wszystkie warstwy naskórka, a zabieg ten musi być dokonany bardzo ostrożnie, gdyż zbyt gorliwe stosowanie środków lekarskich łatwo może spowodować bliznę.

Opis wyżej leżących warstw naskórka, (a raczej znajdujących się więcej nazewnątrz), pominiemy, żeby nie nużyć czytelników zbytecznemi szczegółami. Poprzestaniemy jedynie na tej uwadze, że komórki naskórka, które wytworzyły się w warstwie najgłębszej, jako normalne komórki ustroju naszego, a więc obdarzone własnością odżywiania się, rozmnażania się i t. d., przechodząc stopniowo do warstw, coraz wyżej leżących, jednocześnie tracą właściwości komórki żyjącej. Jak powiedzieliśmy wyżej, rozmnażanie komórek odbywa się tylko w warstwie najgłębszej, już w warstwie następnej pozbawione są one tej własności. W warstwach, wyżej leżących, odżywiają się one, lecz stopniowo wszczyna się w nich sprawa swoista, polegająca na t. zw. rogowaceniu. Części składowe, każdej komórce, a zatem i tym komórkom właściwe, (mianowicie jądro i ciało komórki), przestają być rozróżnialnemi, i odżywianie przestaje być komórkom potrzebne.

W takim stanie komórki dochodzą do warstwy najwyższej, powierzchownej, t. j. do tej, którą widzimy nieuzbrojonem okiem na powierzchni skóry.

Komórki tej warstwy, t. j. warstwy rogowej, przedstawiają się pod postacią wręcz martwych bryłek. Jako komórki martwe — z jednej strony nie rozmnażają się one i nie odżywiają się, z drugiej zaś— pozbawione są one wszelkiej reakcyi, właściwej żywym komórkom ustroju ludzkiego.

Grubość warstwy rogowej naskórka podlega bardzo znacznym wahaniom. Kobiety i dzieci na ogół mają tę warstwę cieńszą, niż mężczyźni; na okolicach ciała, podlegających tarciu, uciskom i t. p. podrażnieniom, warstwa ta podlega znacznym zgrubieniom, co zwłaszcza staje się widocznem u osób, pracujących fizycznie, lub chodzących boso.

Komórki warstwy rogowej, inaczej komórkami rogowemi zwane, przedstawiają się jako bryłki, składające się z błonki keratynowej *), zawierającej tłuszcz naskórkowy.

Dwa te składniki, do roli których powrócimy jeszcze później, grają dla całego ustroju niezwykle ważną rolę. Keratyna, jako substancya rogowa, a zatem nie przepuszczająca płynów, odporna na najrozmaitsze wpływy zewnętrzne, stanowi jakby pancerz ochronny dla ciała. Tłuszcz zaś, jako taki, nadaje warstwie rogowej pewną giętkość i, co ważniejsza, nie dopuszcza do ulatniania się wody, do parowania na powierzchni skóry.

Naskórek pod wpływem ocierania się, obmywań, lub wreszcie na skutek spraw chorobowych, podlega ciągłemu złuszczaniu się. W miarę jednak tego, jak komórki powierzchowne podlegają złuszczeniu, warstwa rogowa stale zasilaną jest przez komórki warstw, położonych niżej.

Charakterystyczną cechą budowy naskórka jest to, że składa się on z samych komórek, bezpośrednio jedna do drugiej przylegających. O ile w skórze, (jak to zobaczymy niżej), spotykamy komórki, rozrzucone w tkance pojedyńczo lub grupami, o tyle w naskórku samą tkankę stanowią komórki, bez żadnej substancyi międzykomórkowej.

(*D. c. n.*).

*) Keratyna jest rodzajem substancyi rogowej.

Dr. Luster — Kraków.

Przyczyny przedwczesnego łysienia.

(*Ciąg dalszy*).

Jednym z czynników, sprzyjających bezsprzecznie w wysokim stopniu przedwczesnym zmianom degeneracyjnym włosów jest — *moda*. Ona to działa nie tylko u kobiet drogą pośrednią przez utrudniony zwężeniem w pasie obieg krwi, oraz bezpośrednio dzięki różnorodnym akcesoryom w rodzaju podkładek, licznych szpilek, grzebieni i sztucznych warkoczy, lecz i u mężczyzn w następstwie twardych kapeluszy.

Aby zrozumieć ujemny wpływ twardych kapeluszy na prawidłowy rozwój włosów, poprzedzimy wywody nasze uwagami z zakresu anatomii i fizyologii skóry głowy.

Normalny bieg funkcyi fizyologicznej każdego narządu, a zwłaszcza drobniejszych, do których należy w pierwszym rzędzie zaliczyć narząd włosotwórczy, zależy od dostatecznego doń dopływu krwi utlenionej, o normalnym składzie, tudzież od swobodnego odpływu zużytej krwi drogą układu żylnego. Krew tętniczą doprowadzają do skóry głowy stosunkowo dość grube pnie naczyń, zdążające do potylicy, skroni i czoła ku czubkowi, gdzie natrafiamy już na ostateczne, drobne rozgałęzienia tętnic. Znajomość tych stosunków anatomicznych stanowi dla nas arcyważną podstawę do zrozumienia przyczyn przedwczesnego łysienia, rozpoczynającego się właśnie od miejsc, zasilanych d r o b n e m i gałązkami naczyń krwionośnych. Wiadomo, że łysina u mężczyzn rozpoczyna się z reguły od czoła, a jednocześnie ulegają zwyrodnieniu narządy włosotwórcze na czubku. Te oto rejony czerpią odżywczą krew z drobnych tętnic, podczas gdy potylica i boczne części głowy bywają zaopatrywane przez grube gałęzie, z których liczne boczne gałązki doprowadzają obficie krew do skóry.

Skoro tedy uwzględnimy, iż krew krąży w ostatecznych, dalej od serca położonych, rozgałęzieniach tętnic wolniej, niż w bliższych, a nadto, że owe końcowe wypustki naczyń krwionośnych ulegają wcześnie zwyrodnieniu, zrozumiemy, dlaczego wzmiankowane miejsca na skórze głowy okazują tak wybitną skłonność do łysienia.

Zapatrywanie nasze potwierdza się na licznych spostrzeżeniach. Wiemy, że u mieszkańców miast, pędzących życie mniej ruchliwe od wieśniaków, występuje łysina stokroć częściej w sile wieku, aniżeli u ostatnich.

U pierwszych przeto krąży krew leniwie; nie dostaje się w należytej ilości do ostatecznych zakończeń układu krwionośnego, czego koniecznem następstwem musi być zmniejszona sprawność narządów włosotwórczych, a wreszcie ich zanik.

Doświadczenia kliniczne dostarczają nam również dowodów w tym kierunku. Oto występuje przedwczesny uwiąd włosów u ludzi, cierpiących na zwapnienie tętnic, a i wówczas rozpoczyna się łysina od miejsc, zaopatrzonych w zakończenia tętnic, najbardziej skłonnych do zmian degeneracyjnych.

Z procesów fizyologicznych zasługują głównie na uwzględnienie funkcye gruczołów, mianowicie: łojowych i potnych. Narządy te okazują wielką energię wydzielniczą przy nader łatwej i szybkiej zdolności ich produktów do zmian rozkładowych. Sprawność wydzielnicza i tendencya do rozkładania się wydzielo-

nej treści gruczołów potęgują się w warunkach, odbiegających od wpływów normalnych, do których zaliczyć winniśmy niedostateczny przewiew skóry i włosów, oraz wyższą temperaturę nad ciepłotę ciała.

Pobieżny ten szkic stosunków anatomicznych i przejawów fizyologicznych wystarczy do zrozumienia szkodliwego wpływu twardych kapeluszy na prawidłowy rozwój włosów.

One bowiem okalają wszystkie pnie naczyń krwionośnych i odcinają swym uciskiem dowóz żywności do narządów włosotwórczych. To też skóra głowy cierpi pod uciskiem twardych kapeluszy na chroniczną niedokrwistość, objawiającą się nie tylko stale postępującą łysiną, lecz nieraz i przedwczesną siwizną.

Szczelnie do głowy przylegające kapelusze uniemożliwiają wszelki przewiew przestrzeni, przesyconej wyziewami perspiracji, oraz jełczejącego na skórze tłuszczu. Podobnie jak roślina w piwnicy bez światła, marnieją włosy w bezpowietrznej przestrzeni, pod sklepieniem twardego kapelusza.

Od lat szeregu nawołują osobistości, wcale poważne stanowisko naukowe zajmujace, by wyzwolić się od zwyczaju kłaniania się, które ma rzekomo narażać łysych na przypadłości reumatyczne. Zdaje mi się, że reforma zwyczaju zdejmowania kapeluszy byłaby w rezultacie jednostronna; o ile by bowiem łysym wyświadczono małą przysługę, pokrzywdzonoby owłosionych, pozbawiwszy ich możności zbawiennej, acz chwilowej, wentylacyi skóry głowy. Czyżby nie było o wiele racyonalniej posługiwać się lekkiemi kapeluszami, zaopatrzonemi szeregiem otworów z boku okrywy, mających na celu utorować dostęp powietrza do włosów? Znikłaby wówczas obawa o przeziębienie głowy u łysych, ponieważ skóra przystosowałaby się zwolna do temperatury otoczenia i zniosłaby obnażenie, bez jakichkolwiek następstw.

Dopóki tedy moda nie przyniesie nam hygienicznego okrycia głowy, dopóty nie powinniśmy żądać reformy oddawania szacunku znajomym, zwyczajem dotąd praktykowanym.

Byłoby właśnie bardzo pożądanem, by przyjął się zwyczaj swobodnego odkrywania głowy podczas spacerów w miejscach cienistych. Największą z tego korzyść odnieśliby ci, u których perspiracya odbywa się energicznie, a gruczoły łojowe wydzielają nadmiernie obficie tłuszcz w postaci oleistej. Żadne bowiem czynniki nie sprzyjają w takim stopniu wzmiankowanym nieprawidłowościom, jak wyższa temperatura i perspiracja w zamkniętej szczelnie przestrzeni. Wówczas bowiem skraplają się lotne wydaliny; osiadają w postaci drażniącego potu na skórze, a w wydzielonym tłuszczu rozpoczyna się wysoce szkodliwy dla włosów proces jełczenia.

Nawiasowo zaznaczyć wypada, co zresztą nasuwa się samo przez się z powyższych uwag, że intensywnie działające promienie słońca bezpośrednio na głowę wywołać muszą wpływ ujemny na prawidłowy bieg funkcji fizyologicznych gruczołów skóry głowy, a temsamem działają ujemnie na sprawność narządów włosotwórczych. Jak zatem nadzwyczaj korzystne są w każdym przypadku kąpiele powietrzne dla skóry głowy, tak z drugiej strony nie możemy pochlebnie się wyrazić o kąpielach słonecznych.

Kwestja okrycia głowy wydawałaby się może zbyt błahą, by jej poświęcać obszerniejsze prace, a jednak każe nam doświadczenie ostrzedz wszystkich, dbających o swe włosy, przed twardemi kapeluszami.

Zdarzało nam się często obserwować młodych ludzi, którzy stracili niemal zupełnie włosy po jednym roku służby wojskowej, odbytej w austryackiej konnicy. Kaski naszej konnicy są tak ciężkie, iż wzdłuż ich krawędzi zarysowuje się wyraźna brózda, świadcząca dobitnie o znacznym ucisku tej ozdoby uniformu na naczynia krwionośne.

Przypatrzmy się obecnie stosunkom na główkach płci pięknej, niemiłosiernie maltretowanej przez nielitościwą modę. I tu napotykamy na czynniki, upośledzające w niemałym stopniu prawidłową przemianę materyi, wszelako różnią się one zasadniczo od szkodliwych wpływów, na jakie narażeni bywają mężczyźni. U pierwszych działa ucisk własnych i sztucznych włosów, podkładek, szpilek, grzebieni, a w końcu dość pokaźnego obszarem i ciężarem kapelusza, wyłącznie na ostateczne rozgałęzienia naczyń krwionośnych, podczas gdy u ostatnich bywają arterye w pniach grubszych krawędzią twardego kapelusza ugniatane. O ile przeto akcya serca u kobiety będzie dostateczna do przezwyciężenia oporu, wywołanego uciskiem na drobne tętnice, o tyle nie uwydatni się szkodliwość wymienionych akcesoryów w stopniu takim, jak to zwykle bywa u mężczyzn.

Mimo to przypisać należy podkładkom winę częstych u kobiet zmian chorobowych skóry głowy i włosów, bo one utrudniają w wysokim stopniu perspiracyę, a uciskiem na tętnice pozbawiają narządy włosotwórcze koniecznych do rozwoju soków odżywczych.

Skoro już podkładka stała się malum necessarium, posługujcie się niemi, miłe czytelniczki, w nadzwyczajnych wypadkach, bo skóra głowy odznacza się tak wielką wrażliwością, iż nieznaczne na pozór wpływy mszczą się fatalnie na włosach.

A szkoda, boć przecie one są koroną urody niewieściej.

(*Ciąg dalszy nastąpi*).

O leczniczej i kosmetycznej wartości róż.

(Dokończenie).

Olejek różany i woda różana stanowią prawie zawsze część składową drogich pudrów francuzkich, szminek, pomadek do warg, proszków do zębów i wonnych saszetek. Dla przykładu przytaczam kilka najwięcej znanych przepisów.

1) Poudre de riz.

Rp.
Mączki ryżowej najlepszej 100,0
Ol. różanego 0,25
Ol. z drzewa Sandałowego 0,30.

2) Szminka różana.

(Fleur de Roses; Bloom of Roses).

Rp.
Amoniaku płynnego 5,0
Karminu 2,0
Wody różanej 200,0
Esprit de Roses triple 5,0

3) Pomadka różana do warg.

Rp.
Olejku migdałowego 25,0
Wosku
Olbrotu po 6,0
Korzenia alkanny 5,0
Ol. różanego 1,0

4) Proszek do zębów.

(Poudre dentifrice).

Rp.
Kredy oczyszczonej 100,0
Korzenia fiołkowego 50,0
Karminu 1,5
Ol. różanego 1,0
Ol. z drzewa Sandałowego 0,2

5) Wonne Saszetki.

Rp.
Płatków róży 100,0
Sproszk. drzewa Sandał. 50,0
Ol. różanego 3,0

Niektóre płyny do włosów również zawierają olejek różany lub wodę różaną. Swoistego działania w kierunku wzmocnienia włosów róża nie wywiera; to też składniki powyższe dodawane bywają albo dla zapachu albo też dla zneutralizowania niemile pachnących substancji, wchodzących w skład tych płynów Podaję kilka przepisów:

1) Extrait végètal.

(Płyn do włosów).

Rp.
Wody różanej
Spirytusu rektyfik. po 100,0
Ekstr. z kw. pomar.
„ „ jaśm.
„ „ akac.
Ekstr. różanego
„ tuber. po 6,0
Ekstr. wanil. 10,0

2) Arnica Haarwasser.

(Płyn do włosów).

Rp.
Wody różanej 250,0
„ kolońskiej 50,0
Gliceryny 15,0
Ol. pomornik. 7,5

3) Rosen-Bandoline

(nadaje miękkość i połysk włosom).

Rp.
Gumy tragac. 20,0
Wody różanej 500,0
Ol. różanego 1,5.

A. D.

Nasz konkurs.

Nadesłano na konkurs prace następujące:

1) Emancypacja kobiet i kobiecość. Godło: „*Noli me tangere*".

2) Piękność kobieca w literaturze i sztuce. Godło: „*Laudemus feminam!*"

3) Emancypacja kobiet i kobiecość. Godło: „*Das ewig weibliche*".

4) O niebezpieczeństwie pocałunku. Godło: „*Nie całuj lecz kochaj*".

5) Piękność kobieca w literaturze i sztuce. Godło: „*Usta kobiety, piersi dziewczęce, modlitwa dziecka, dym ofiarny— są zawsze czyste*".

Odpowiedzi Redakcji.

Nowej prenumeratorce. 1) Łojotok = nadmierna wydzielina tłuszczu. 2) W numerze dzisiejszym. 3) Preparat bezwartościowy. 4) Najlepszą metodą, usuwającą radykalnie włosy z twarzy, jest elektroliza. 5) Szczegółową ocenę tej farby podaliśmy w numerze 16.

P. Sławińskiej. 1) Gąbka nie nadaje się zarówno do mycia twarzy jak i ciała, albowiem łatwo się zanieczyszcza i przenosi napowrót nieczystości do skóry. 2) Przy wypadaniu włosów na tle łojotoku (łupieżu) nie można stosować pomady chinowej, albowiem wszelkie pomady potęgują łupież. W danym wypadku wskazanem jest zastosowanie Litiny i Trichobionu podług wskazówek, podanych poprzednio. 3) Raz na tydzień.

Zatrwożonej. 1) Łuski zaschłego tłuszczu należy rozpuścić w płynnym tłuszczu: natrzeć skórę olejkiem migdałowym; twarz należy myć w gorącej wodzie i mydłem neutralnem. 2) Jestto preparat bardzo dobry, i może go Sz. Pani śmiało podług załączonego przepisu stosować. 3) Preparat zawiera: wosk biały, olbrot, olejek migdałowy, wodę różaną i olejek różany.

P. Stanisławie Z-skiej. 1) W numerze poprzednim. 1) Nie masować. 2) Nie ochładzać. Przed umyciem wetrzeć w skórę całej twarzy olejek migdałowy. 4) Mydła wzmiankowane działają bardzo korzystnie na cerę. 5) Można, o ile przedtem nie były używane szkodliwe preparaty. 6) Sposób postępowania nieszkodliwy, lecz mało racjonalny. 7) Przed rozpoczęciem zabiegów zewnętrznych należy stanowczo poradzić się lekarza.

Podolance. 1) Do mycia: ciepła woda z dodatkiem łyżeczki boraksu. 2) Wyczesywanie łupieżu zbyt gęstym grzebieniem jest szkodliwe. 3) W numerze dzisiejszym. Za słowa uznania serdecznie dziękujemy.

Otyłej. 1) Radzimy unikać mącznych pokarmów, płynów w większej ilości, tłuszczów, a spożywać przeważnie roślinne pokarmy obok małej ilości mięsa. Gdy tusza się zmniejszy, zniknie również skłonność do potów. 2) Pastylki wzmiankowane zawierają jodek potasu (kali jodatum) i bez zalecenia lekarskiego zażywać ich nie można. O otyłości zamieścimy niebawem wyczerpujące studjum hygieniczno-estetyczne. 3) Masaż jest przeciwwskazany. 4) Tylko elektrolizą.

Blondynce. 1) Liszaje i jednoczesne wypadanie włosów stanowią objawy ogólnego niedomagania. Przed rozpoczęciem zabiegów kosmetycznych należy stanowczo zasięgnąć porady lekarza. 2) Gimnastyka lecznicza. 3) Hydropatja. 4) W numerze 33.

Dbałej o cerę. 1) Nie pudrować! Jeśli zależy na chwilowem odświeżeniu, można stosować z dobrym skutkiem i bez szkody środek podług następującego przepisu:

Rp.

Kali carbonici
Spir. camph. $\bar{a}$ 1,0
Trae Benzoes 3,5
Spir. colon. 300,0
Extr. Ros. gtt. 6.

2) Bez mydła. 3) Raz na 2—3 tygodnie. 4) Preparat bardzo dobry i skuteczny.

Aptekarzowi. Podajemy przepisy żądane:

1) Rp.

Spiritus vini 100,0
Acidi acetici 8.0
Spiritus camph. 6,0
Trae Benzoes 7,5
Trae Ligni Santali 10,0

2) Spiritus Vini 1000,0
Olei Citri 4,0
Olei Bergam.
Olei Aurant.
Olei Rosmar. $\bar{a}$ 1,5.

3) Zawiera lapis. 4) Zawiera ołów.

Matce. 1) Tran i słone kąpiele są konieczne. 2) Możliwa jest recydywa. 3) Raz na tydzień.

P. Wandzie S. 1) W Zakopanem sanatoryum D-ra Dłuskiego. 2) Otwarte przez rok cały. 3) Poinformuje zakład hydropatyczny Dra Chramca. 4) Kraków, Floryańska 37. Za słowa uznania serdecznie dziękujemy.

Redaktor i Wydawca **Dr. H. Zamenhof.** Druk J. Kamińskiego, Nowy-Świat 48, Telefon 36.46.